جامعـــة دمشـــق

كليـــة التربيـــة

الإرشاد النفسي

الإغتراب النفسي لدى المسنين الذين يعملون في أعمال خاصة

بحث ميداني يدرس فئة المسنين الذين لم يتعرضوا لخبرة التقاعد

إعداد الطالبتين:

هديل خليل أبو معيلق فخر عدنان عبد الحي

بإشراف الأستاذة:

سهاد البدرة

٢٠٠٦-٢٠٠٧

١٤٢٧-١٤٢٨

مخطط البحث:

الفصل الأول:

المقدمة

مشكلة البحث

أهمية البحث

أهداف البحث

فرضيات البحث

منهج البحث

أداة البحث

الفصل الثاني:

متطلبات الشيخوخة ورعايتها

أنواع مفاهيم الذات لدى المسنين.

الخصائص المميزة للفرد لمرحلة التقاعد وعلاقتها بمفهوم الذات

انفعالات الشيوخ التي تتشابه مع مرحلة الطفولة:

انفعالات الشيوخ التي تتشابه مع مرحلة المراهقة:

أما عن انفعالات مرحلة الرشد ووسط العمر فلا يكاد يبقى منها لدى الشيوخ إلا بعض المظاهر:

الخصائص الانفعالية النفسية والسلوكية المميزة لمرحلة الشيخوخة بالذات

جدول سمات مراحل كبر السن السباعية

المقدمة:

تتميز الحياة الاجتماعية للشيوخ بفراغ يتخلل حياتهم، وذلك نتيجة حتمية لتفرق أولادهم في شؤون الحياة، ولتقاعدهم من أعمالهم، والضعف الجسمي الذي يحدد حركاتهم ونشاطهم، كذلك تناقص أفراد جيلهم وموت أصدقائهم فالإنسان حين يتجاوز الستين.. وربما قبل الستين.. هو عموماً وعلى أقل تقدير أب لشباب وبنات في العقد الثاني والثالث من عمرهم وربما أكبر، وقد تزوجوا واستقلوا مع زوجاتهم لإقامة خلاياهم الزوجية الخاصة، وأسرهم الجديدة المستقلة التي يقضون معها جل وقتهم، أو هم لم يتزوجوا ولكنهم منهمكون في أعمالهم ومشاكلهم، أو دراستهم خارج المنزل، وربما خارج البلد، حيث يكون نشاط الأبناء الاجتماعي مع أقرانهم وزملائهم في العمل والدراسة خارج المنزل.

أما الأب (وقد يكون أصبح جداً) فهو قليل الحركة، أحيل أو عما قريب يحال إلى المعاش، ولم يعد له عمل أو وظيفة تملأ عليه وقته وجهده، وفي نفس الوقت فإن ضعفه الجسمي وشيخوخته المطردة، لم تترك له قوة أو قدرة ليمارس أعمالاً جديدة وحدت من حركته ونشاطه خارج البيت ومن زياراته لأصدقائه ورفاقه أو مشاركته في النشاطات الاجتماعية، وبطبيعة الحال فإن أصدقاءه هؤلاء ورفاق جيله ومهنته وأصحاب الصبا والماضي، قد تفرقوا وتوزعوا وتباعدوا، أو أنهم يموتون تباعاً فرداً بعد فرد..

وهكذا يصبح مركز الأب الهرم ومكانه الرئيسي هو منزله، يعيش فيه وحيداً مع زوجته العجوز، يشاهدان برامج التلفزيون ويقضيان أوقاتهما معاً، يعيشان (عزوبية) جديدة (مع بعض الفوارق طبعاً)، ولنتصور حالة الوالدين وقد صارا هرمين، يعانيان هذا الفراغ بعد أن كان منزلهما يفيض بالحركة والنشاط والجلبة من أولادهما يوم كانوا صغاراً، والآن تفرق الأولاد وتباعدت بهم المنازل وأسباب العيش، ولنتصور فرحتهما عندما يجتمع أولادهما وأحفادهما وجميع أهل البيت في يوم عطلة أو عيد

أو مناسبة، فيحس الأب بالبهجة والغبطة وهو جالس بينهم يملؤون عليه البيت حركة وفرحاً يفتقده في غير وقت.
وتزداد الوحدة الاجتماعية شدة ومرارة مع موت أحد الزوجين ليترك الآخر مترملاً مهيض الجناح الأليف، بعد أن فقد شريكه في درب الحياة، منتظــراً يومــه الآتــي، (وهذه المشكلة أو الناحية تلاحظ أكثر لدى النساء لأنهن يعمرن أكثر من أزواجهــن عادة) ويعيش في أواخر العمر وحيداً مع نفسه، وإن كان يعيش مع أبنائه في منــزل واحد إلا أنهم منصرفون عنه، ويشعر أنهم منشغلون ومهملون له.
(زوروني) إنها الحياة تنتهي بالفرد بعيداً عن العاطفة والحنان والنشاط بعكس ما تبدأ عليه، فيرى العجوز نفسه على كرسيه قرب النافذة، يتفرج منها على الحياة تدب في الآخرين.. أو يرى نفسه وحيداً بجانب تلك المدفأة، قابعاً مع مســبحته.. وزادٍ مــن ماضي الذكريات....
فالاغتراب عن المجتمع هو حالة اجتماعية نفسية يمارس الفرد فيها إحساساً بالمسافة أو الانفصال عن مجتمع أو جماعة وبأنه لا يمت بصلة إلى هذه الجماعة.
فيشعر الفرد بأنه شخص مماثل لأي شيء جماد موجود ما يطلق عليه اسم التشيؤ..
لذا يمكن النظر إلى المسن من عدة جوانب للتعرف على مدى تعرض هــذا المســن لحالة الاغتراب عن المجتمع.
وفي هذا البحث سندرس أثر استمرار المسن بالعمل الذي بدأه على زيادة تكيفه مــع المجتمع واندماجه به وقلة نسبة الاغتراب لديه.
بما أنه لم يتعرض لصدمة ترك المركز الاجتماعي عنوة فهو ما يزال مزاول لعملــه بنفس الطريقة التي بدأ بها.

مشكلة البحث:

إن أكبر حدث اجتماعي يقع على الفرد في مرحلة الشيخوخة هو الإحالة إلى المعاش الذي يمكن اعتباره بداية لمرحلة الشيخوخة لدى الفرد، فالإحالة للتقاعد تعني بدايــة لمرحلة جديدة في حياة الفرد تحمل معها العديد من التغيرات المصاحبة (الاقتصادية)

بعد أن تعود على نمط معين من الحياة وسار عليه لمدة طويلة الأمر الـذي يجعـل إمكانية تقبله التغيرات المصاحبة أمراً ليس سهلاً.

بالمقابل نجد أن المسن الذي استمر على مزاولة العمل الذي كان يمتهنه طيلة حياتـه وطيلة فترة عطائه لا يعاني من أزمة التقاعد التي يفقـد معهـا أدواره الاجتماعيـة والاقتصادية وينزوي عن العالم الواسع الذي كان يعيش فيه حاصراً نفسه في زاوية ضيقة عازلاً حياته النفسية والاجتماعية ع ما يدور حوله من أخبار وأحداث شـاعراً أنه لم يعد يوجد من يحبه ويهتم به وهذه المشاعر السلبية كلها تسـمى بـالاغتراب النفسي، هذه الظاهرة التي تتفاوت نسبة وجودها بين مسن وآخر والعامل الذي يؤثر بشكل كبير في وجود هذه الظاهرة أو لا هو كون المسن قد تقاعد عن عمله أم أنه لا يزال يمارس مهنة معينة يحقق فيها ذاته ويثبت فيها لنفسه أنه لازال قـادراً علـى العطاء وتأمين مورده المالي دون أن ينتظر أحد أولاده أو أقاربـه أو أي شـخص غريب يصرف عليه.

من هنا يتضح سؤال البحث الأساسي:

هل هناك علاقة بين بقاء المسن على رأس عمله وبين انخفاض نسـبة الاغتـراب النفسي لديه؟

أهمية البحث:

إن الرعاية النفسية لأفراد مرحلة الشيخوخة أمر أساسي يدل على رقـي المجتمـع وتقدمه.

فكبر عمر الشخص وتدهور بعض القدرات لديه يقابله تراكم خبرات وفـيض مـن الفوائد المرجوة من استثمار هذه الفترة بأفضل أسلوب ممكن.

من هنا تأتي أهمية دراسة سلامة صحة هذه الفئة نفسياً وكما أشرنا إلـى أن العمـل جزء هام وأساسي في حياة المسن بالتالي فإن أزمة التقاعد بعد مرور الزمن تفرض نفسها بقوة على الشخص مما قد يؤدي لظهور سوء توافق لديهم شعور بـالاغتراب النفسي أو الاجتماعي وغير ذلك.

من هنا تأتي أهمية دراسة ظاهرة اغتراب والشعور بالعزلة لدى المسن وما يتبع ذلك من غياب الصداقات الحميمية بين الناس.

فالاغتراب حالة (سيكو ــ اجتماعية) تسيطر على الفرد سيطرة تامة تجعله غريباً وبعيداً عن بعض نواحي واقعه الاجتماعي.

من هنا تأتي أهمية هذا البحث لمعرفة مدى تأثير استمرار المسن في العمل وعلى حسن تكيفه مع المجتمع.

أهداف البحث:

يهدف هذا البحث أولاً إلى الكشف عن مدى ارتباط عمل المسن ونسبة الاغتراب النفسي عنده.

يهدف هذا البحث ثانياً إلى الكشف عن أثر متغير الجنس على المسن في شعوره بالاغتراب النفسي.

فرضيات البحث:

١ ــ توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين استمرار المسن في العمل وانخفاض حدة الاغتراب النفسي لديه.

٢ ــ توجد فروق بين الذكور والإناث المسنين العاملين من حيث نسبة الاغتراب النفسي لديهم.

منهج البحث:

المنهج المتبع في هذا البحث هو المنهج الوصفي الذي يرتبط بدراسة الموضوعات المتعلقة بالمجالات الإنسانية، وهو أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كمياً عن طريق جمع بيانات ومعلومات مقننة عن الظاهرة أو المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة.

ثم إن من أهم ما يهدف هذا الأسلوب إليه هو فهم الحاضر من أجل توجيه المستقبل، فالبحث الوصفي يوفر بيانات وحقائق واستنتاجات تعتبر خطوات تمهيدية لتحـــولات ضرورية نحو الأفضل مستقبلاً، وتتمثل هذه الأهداف بما يلي:

ـــ جمع بيانات حقيقية ومفصلة لظاهرة أو مشكلة موجودة فعلاً لدى مجتمع معين.ـــ تحديد المشكلات الموجودة وتوضيحها.

ـــ إجراء مقارنات لبعض الظواهر أو المشكلات وتقويمها، وإيجاد العلاقات بين تلك الظواهر أو المشكلات.

ـــ تحديد ما يفعله الأفراد في مشكلة أو ظاهرة ما، والاستفادة من آرائهم خبراتهم في وضع تصور وخطط مستقبلية، اتخاذ القرارات المناسبة لمواقف متشابهة مستقبلاً.

(ملحم ٢٠٠٠، ٣٢٤ ــ ٣٢٥)

أداة البحث:

تم تطبيق اختبار الاغتراب النفسي للدكتور رياض العاسمي، وهو اختبار مؤلف من ٨٠ بند، لكل بند ٥ بدائل (دائماً (٥)، غالباً (٤)، أحياناً (٣)، نادراً (٢)، أبداً (١)).

كلما ارتفعت درجة الفرد على هذا المقياس دلّ ذلك على ارتفاع نســبة الاغتــراب النفسي لديه.

العلامة الكلية للاختبار من ٤٠٠، فكلما اقتربت درجة الفرد منهــا دل علـــى نســبة اغتراب مرتفعة.

الفصل الثاني:
متطلبات الشيخوخة ورعايتها

الشيخوخة:

مع تقدم السن يزداد انسحاب وانقطاع الفرد عن المجتمع والحياة الاجتماعية،و هذا الانسحاب يؤدي إلى ضيق دافعيته بسرعة، ولا يعود يقوم بالأعمال التي لا يزال بمقدوره القيام بها،كما أنه ينسحب من النشاطات الاجتماعية التي كان يندمج بها....

حيث يعتبر بناء العلاقات الاجتماعية الناجحة من مظاهر الصحة النفسية عند الفرد. ويلاحظ أن كبار السن تتقلص علاقاتهم الاجتماعية إلى حد كبير حيث تقتصر على الأصدقاء القدامى والذين يعيشون قريبين منهم وهذا يبعث في نفس المسن الملل والسأم والشعور بأنه أصبح كائناً ينتظر الاجل فلا هدف ولا غايات ولا مطامح وهذا يجعله عرضة للإضطرابات النفسية.

<u>أنواع مفاهيم الذات عند المسنين:</u>

من أنواع مفاهيم الذات التي تحدث عنها العلماء ثلاثة وهي:

مفهوم الذات الإيجابي، ومفهوم الذات السلبي، ومفهوم الذات الخاص.

١- مفهوم الذات الإيجابي:

ويتمثل في تقبل الفرد لذاته ورضاه عنها، حين تظهر لمن يتمتع بمفهوم ذات إيجابي صورة واضحة ومتبلورة للذات يلمسها كل من يتعامل مع الفرد أو يحتك به، ويكشف عنها أسلوب تعامله مع الآخرين الذي يظهر فيه دائماً الرغبة في احترام الذات وتقديرها والمحافظة على مكانتها الاجتماعية، ودورها وأهميتها والثقة الواضحة بالنفس والتمسك بالكرامة والاستقلال الذاتي مما يعبر عن تقبل الفرد لذاته ورضاه عنها. ويعود قبول الذات لمن لديه مفهوم إيجابي عن ذاته إلى معرفة بالذات وتبصر بها.

٢- مفهوم الذات السلبي:

فيما يتعلق بمفهوم الذات السلبي يظهر أن هناك نمطين:

- الأول: تكون فكرة الفرد عن نفسه غير منتظمة حيث لا يكون لدى الفـــرد إحساس بثبات الذات وتكاملها إذ لا يعرف مواطن الضعف والقوة لديـــه، والأمر هنا يشير إلى سوء التكيف.
- الثاني فإنه يتصف بالثبات والتنظيم ويقاوم التغيير.

(الشيخ ٢٠٠٣، ٢٣)

الخصائص المميزة للفرد في مرحلة التقاعد وعلاقتها بمفهوم الذات والتكيف:

ما يقال عن خصائص هذه المرحلة يظل أمراً نسبياً يختلف من بيئة لأخرى، ومـــن فرد لآخر. فهو يتوقف على كثير من الظروف الصحية، والنفسـية، والحضـــارية. فبعضهم يراها مرحلة الإشراف على النهاية، وبعضهما الآخر يـــرى فيهـــا تبلـــور الحكمة، وزيادة التجربة والحنكة بالحياة، وهناك من ينظر إليها من زاويـــة التآكـــل والضعف العضوي والحسي. والستون وما بعدها كما أرى عمـــر تحقيـــق الآمـــال المؤجلة، والتأمل والاستغراق في التفكير والبحث.

أما أريكسون فيعتقد أن أزمة النمو الرئيسة في هذا السن تتمثل في خاصيتي الامتداد الاجتماعي، والتقوقع على النفس، فإذا كان النضج سليماً في هـــذه المرحلـــة فـــإن الشخص يجد نفسه يتجاوز الامتداد البيولوجي الخاص كالتكاثر، وحضانة الأطفـــال إلى الامتداد بمعناه النفسي والاجتماعي الذي يتمثل في الالتزام بقضية بشرية عامـــة تتجاوز الاحتياجات المباشرة للحاضر.

وقد يحدث أن يتخذ النمو طريقاً عكسياً فيتقوقع الشخص على احتياجاته الشخصـــية بالمعنى المادي المباشر.

(الشيخ ٢٠٠٣، ٩١)

.

ولابد من الإشارة إلى أننا لا نستطيع تعميم هذه الخصائص التالية نظراً للفروق الفردية بين الثقافات والحضارات والأفراد، ولكنها مميزات عامة لمرحلة عمرية معينة هي مرحلة التسعين عاماً وما بعدها.

الخصائص الاجتماعية:

بشأن مفهوم الفرد عن ذاته في هذه المرحلة من العمر فيرى (أريكسون) أن هوية الإنسان تكون قد تحددت، وأصبح معروفاً لنفسه وللآخرين بما تراكم له من خبرات أو أعمال لم يعد في استطاعته تغييرها أو تعديلها، فإذا كانت رؤية الشخص لماضيه وخبراته رؤية مغتبطة يختلط فيها الإحساس بالإنجاز والنشوة فإنه ينظر لحياته على أنها جديرة بالبقاء والاستمرار. وهذا النوع من الأشخاص يواجه الموت دون خوف.

أما اليأس فهو الوجه المقابل، وهو يتملك الأشخاص الذين ينظرون للماضي على أنه كان خالياً من أي مغزى أو قيمة، ويحدث هذا بصورة واضحة عندما يعتقد الشخص أن آماله التي بدأ بها رحلته في الحياة قد أجهضت، ولم يعد ممكناً تحويل الدفة لصالحه. ومع ذلك فإن الشخص الصحيح المعافى، والمؤمن مادياً، والمرغوب فيه من الأسرة والأصدقاء، نادراً ما ينتابه اليأس.

وقد بينت الدراسات على أنه كلما اقترب الفرد من سن الخمسين، تمت بلورة هويته الشخصية بصورة أفضل، وفي مرحلة الكبر تصبح الهوية الشخصية أكثر رسوخاً ووضوحاً، ويصبح مفهوم الذات أكثر ثباتاً، ما يجعل الأفراد أكثر قدرة على التعامل مع أزمات المستقبل. ويرىجولد بهذا الخصوص أن سن الخمسين تحمل لدى الفرد شعوراً بتقبل الذات بمساوئها ومحاسنها إلى جانب شعور الفرد أنه قادر على امتلاك زمام أمره.

(الشيخ ٢٠٠٣، ٩٤)

الخصائص الانفعالية:

تبين أن انفعالات الكبار تميل إلى تلخيص السلوك الانفعالي لمراحل الحياة كلها في مرحلة واحدة حيث تنتهي إلى تأكيد نفسها في انفعالاتها كمرحلة لها خصائصها المميزة عن غيرها والتي تتجلى بما يلي:

١- انفعالات الكبار ذاتية المركز، تدور حول أنفسهم أكثر مما تدور حول غيرهم، وهذه الذاتية تؤدي إلى نمط من السلوك الأناني. وانطلاقاً من هذه الأنانية أن يستحوذوا على انتباه المحيطين بهم.

٢- تتميز انفعالات الكبار بالعناد وصلابة الرأي، ومحاولة فرض الشخصية، وتأكيد الذات.

٣- يغلب على انفعالات الكبار لون من التعصب لآرائهم وعواطفهم.

ما نخلص إليه هو أن انفعالات الكبار هي في جوهرها مزيج من انفعالات الحياة، وقد يحدد نوعها، وتواتر ظهور بعضها، واختفاء بعضها الآخر مدى تكيف الفرد مع نفسه وما يطرأ عليها من تغيرات، ومدى تكيفه لبيئته وما يعتريها من تطور، ومدى تقبل الآخرين للكبار وانفعالاتهم.

الخصائص الجسمية:

إن بعض التغيرات الجسمية التي تحدث في مرحلة التقاعد تكون ظاهرة ومرئية ويمكن ملاحظتها كالتغيرات التي تحدث للجلد والشعر، أو التغيرات التي تحدث في المقدرة الحركية كالبطء في المشي. وممارسة الأعمال المجهدة. وبعضها الآخر غير مرئي كالتغيرات التي تحدث للأحشاء والهيكل العظمي، والتغيرات الهضمية.. الخ. **(الشيخ ٢٠٠٣، ٩٦)**

وتأثير هذه المتغيرات سواء أكانت مرئية أم غير مرئية يختلف من شخص إلى آخر. ولكن يلاحظ بشكل عام أن معظم الأفراد في هذه المرحلة ينتابهم شعور بالخوف والقلق عند ملاحظة هذه التغيرات الجسمية، فيزداد الاهتمام بالصحة والتغذية والرياضة.. الخ.

كما أن شعور الفرد بضرورة الاعتماد على الغير في تأدية بعض الأمور الخاصة به يخلق لديهم عدم طمأنينة في النفس بما يؤدي إلى تغير في نظرة الفرد لذاته. فـالكبر مرحلة تتصف بالضمور البيولوجي والفيزيولوجي الذي يؤدي إلى نقص مطرد فـي القدرات، وزيادة مطردة في الاضطرابات.

إن أولى مراحل النمو تكون بالارتقاء والنضج، إلى أن صل الفرد إلى عمر الثلاثين. وبعدها تبدأ مرحلة الانخفاض والاتجاه نحو الأسفل. وتختلف الأعضاء عند الإنسان في نموها ونضجها وأخيراً شيخوختها وموتها ولكل عضو خصائصه.

التكيف الاجتماعي للمسنين:

ونعني بالتكيف الاجتماعي تلك العملية الديناميكية المستمدة التي يهدف بها الشـخص تعديل سلوكه ليصبح متوافقاً مع نفسه ومع بيئته أي أن للتكيف الاجتمـاعي جانبـان يتمثل الأول في التكيف مع الشخصية بمكوناتها المختلفة والجانب الثاني في التكيـف مع البيئة الخارجية.

يحتاج المسنين إلى التكيف مع التغيرات المختلفة التي تطرأ في مرحلة العمر المتقدم وكذلك العمل على تحقيق وإشباع الاحتياجات التي تتطلبها تلك المرحلة مـن النمـو التي تتمثل في تحقيق ميول نشطة وتنويع الاهتمامات والتوافق بالنسبة للإحالة إلـى التقاعد وكذلك التوافق لترك الأولاد للأسرة واستقلالهم في أسرة الجديدة بالإضـافة إلى التوافق لموت الزوج أو الزوجة أو الأصدقاء، وتعميق العلاقـات الاجتماعيـة القائمة مع العلاقة مع الأصدقاء.

بالنسبة للعلاقة بالأصدقاء نجد أن التقاعد يؤدي إلى حسر العلاقـات وفقـد الجـزء الأكبر منها بسبب ترك العمل أو الوفاة أو الانتقال إلى بلد آخر.

فالأصدقاء هم المصدر الرئيسي للرفقة ولا يخفى علينـا أن المسـنين لا يسـتبدلون أصدقائهم الذين يفقدونهم بآخرين لأن صداقتهم تكون قديمة وممتدة من فترة العمـر المتوسط.

وأهم متطلبات الفرد في الشيخوخة:

١ ــ راحة جسدية والتقاعد في الأعمال التي تتطلب جهداً بــدنياً، وذلــك لضــعفه الجسمي والحركي.

٢ ــ راحة نفسية واستقرار عاطفي، فالانفعال الشديد والأزمات النفسية لها آثارهــا السيئة في زيادة الضغط وأمراض القلب.

٣ ــ الرعاية الصحية والفحوص الطبية، وتأمين الأدوية، بسبب كثرة الأمراض في هذه المرحلة.

٤ ــ الغذاء الكافي والمتنوع، الذي يعوض ويخفف مــن ضــعف مقاومــة المســن ومناعته.

٥ ــ حياة اجتماعية حافلة مع الأهل والأصدقاء، بحيث يشعر المسن أنه مــازال ذا قيمة، وذا نفع مكانة في حياة جماعته، وينبغي مساعدته على تنمية هوايات منزليــة هادئة بعيداً عن اجترار الهموم، وانتظار ساعة الخلاص..

٦ ــ تأمين مورد مالي أو ضمان اقتصادي لتوفير حاجات الضرورية على الأقــل، من غذاء ودواء وكساء ومأوى..

(خطار، ١٩٩٢، ١٠٠)

انفعالات الشيوخ التي تتشابه مع مرحلة الطفولة:

١ ــ انفعالات الشيوخ ذاتية المركز تدور حول أنفسهم أكثر مما تدور حول غيــرهم وتؤدي هذه الذاتية إلى نمط من السلوك الأناني، الغريب والشاذ أحياناً.

٢ ــ وانطلاقاً من أنانيتهم، يحب الشيوخ أن يكونوا مركزاً للاهتمام وأن يســتحوذوا على انتباه المحيطين بهم ورعايتهم، فيحاولون كما الأطفال تمثيل وابتداع وتضــخيم أشياء، وتصرفات وأمراض، للفت الانتباه..

٣ ــ يميل الشيوخ إلى المديح والإطراء والتشجيع، لأن ذلك يعطيهم الثقة بــالنفس، ويخفف لديهم الشعور بالضعف المتزايد.

٤ ــ لا يتحكم الشيوخ أحياناً، تحكماً صحيحاً في انفعالاتهم المختلفة، شأنهم في ذلك شأن الأطفال، الذين يعجزون عن ضبط مشاعرهم وعواطفهم.

٥ ــ تتميز انفعالات الشيوخ بالعناد وصلابة الرأي، وقد يؤدي بهم ذلك إلى السلوك المضاد، لذا تجدهم يثورون لأوهام لا حقيقة لها، وعندما تتكشف لهم الأمور ويدركون خطأهم، فإنهم يراوغون ويظلون في إصرارهم وعنادهم.

٦ ــ عندما يغضب الشيوخ فإنهم غالباً ما يثورون كالأطفال.

٧ ــ وهم بالرغم من عنادهم وغضبهم أكثر قابلية للاستهواء من غيرهم.

انفعالات الشيوخ التي تتشابه مع مرحلة المراهقة:

١ ــ كما يحاول المراهق أن يفرض شخصيته ليؤكد ذاته، وليتخلص من خنوع الطفولة، كذلك يحاول الشيخ فرض شخصيته في سيطرة غريبة، حتى ينفي ظن الناس به، وأحياناً ظن نفسه أنه بدأ يضعف ويهرم.

٢ ــ يعتبر الشيوخ أنفسهم دائماً على صواب، ويسخرون بشدة من الأجيال الأخرى كما يفعل المراهق تماماً، وهم في سخريتهم من غيرهم يميلون إلى ألوان المشاكسة والإغاظة التي كانوا يمارسونها في مراهقتهم.

٣ ــ وكما تتميز انفعالات المراهقة بالاندفاع، كذلك الشيوخ تتميز انفعالاتهم ببعض نواحيها، بصور من الاندفاع العاطفي.

٤ ــ والشيوخ في كثير من انفعالاتهم مذبذبون لا إلى هؤلاء ولا إلى هؤلاء.. شأنهم في ذلك شأن المراهقين قبل أن يصل بهم نموهم الانفعالي إلى النضج الذي تتطلبه طبيعة نموهم ومطالب حياتهم.

أما عن انفعالات مرحلة الرشد ووسط العمر فلا يكاد يبقى منها لدى الشيوخ إلا بعض المظاهر:

١ ــ أغلب انفعالات الراشد تدور حول القلق والتوتر، وللشيوخ كثير من الأشياء تثير في نفوسهم القلق ــ وإن اختلفت أسبابه في هذه المرحلة ــ والذي قد يؤدي إلى الكآبة، لأنهم لا يجدون متنفساً لقلقهم وانفعالاتهم وكآبتهم كما كانوا يفعلون في رشدهم.

٢ ــ شكوك الشيوخ وريبتهم بالآخرين ممن حولهم كثيرة، وكأنهم قد ورثوا من شبابهم وكفاحهم وتجربتهم في الحياة عدم الثقة بالآخرين.

الخصائص الانفعالية النفسية والسلوكية المميزة لمرحلة الشيخوخة بالذات:

بالإضافة إلى الانفعالات التي نراها في الشيخوخة، وتتشابه مع مراحل الحياة الأخرى، هناك انفعالات ومظاهر نفسية خاصة بهذه المرحلة، تظهر لدى الشيوخ:

١ ــ يتصف الشيوخ بشكل عام بالصبر والحكمة والتعقل، فهم أقدر على كبح جماح انفعالاتهم المتطرفة، لأن لديهم من تجارب الحياة وخبراتها، ومن اشتعال الشيب في رؤوسهم خير وازع..

٢ ــ يغلب على انفعال الشيوخ لون غريب من التعصب الذي لا يقوم جوهره على أي أساس فهم يتعصبون، لآرائهم وعواطفهم، ولجيلهم ولكل ما يمت إليهم بصلة، كذلك يتطرفون في نقد سلوك الأجيال التالية، والمعايير الاجتماعية..

٣ ــ وعندما لا يتقبل الآخرون آراءهم وتعصبهم وروح المشاركة بالولاء، فإنهم يحسون في أعماق أنفسهم بالاضطهاد.

٤ ــ ويؤدي بهم الشعور بالاضطهاد إلى الإحساس العميق بالفشل، وعدم القيمة، وأن الآخرين لا يقبلونهم ولا يرغبون بوجودهم.

٥ ــ وقد يتخذون سلوكاً معادياً فيجابهون الاضطهاد، الذي يقع عليهم باضطهاد الآخرين.

٦ ــ يحلو للشيوخ أحياناً أن يقفوا من البيئة المحيطة بهم موقفاً سلبياً لا ينفعلون لها ومعها، وكأنهم بهذا يعبرون عن الشعور بالهوة السحيقة التي تفصلهم عن الأجيال الأخرى، لذا فكثيراً ما تتصف انفعالاتهم بالخمول وبلادة الحس.

٧ ــ وقد يرجع هذا الشعور الغريب بالسلبية والبرودة، إلى عدم إدراك الشيخ المسن للمسؤولية التي تواجه من يحيطون به، فهو يمضي في حياته ومشاكل الناس من حوله تدفعهم إلى ألوان مختلفة من الكفاح المرير، بينما هو لا يشعر نحوهم ونحو مشاكلهم بأية مسؤولية تتطلب منه استجابة انفعالية محددة.

٨ ــ لذلك يقل حماس الشيوخ لما يحيط بهم من مشكلات عاطفية وانفعالية يضطرب فيها الآخرون.

٩ ــ وهم عندما ينفعلون كثيراً ما يخطئون إدراك الموقف المحيط بهم، ولذلك تـأتي انفعالاتهم شاذة لا تتناسب ومقومات الموقف الذي أثار في نفوسهم ذلك الانفعال.

١٠ ــ يظهر لدى المسنين مع تقدمهم بالعمر شيء من الحرص ودرجة من البخل.

(خطار، ١٩٩٢، ٥١ ــ ٥٣)

جدول سمات مراحل كبر السن السباعية

(أ) سن ٤٩ ــ ٥٦:

- يرجو من رؤسائه الرضا بينما لا يرضى إذا قللوا من مسؤولياته خشية أن يكون ذلك بسبب عدم رضائهم عنه.
- يتوقع زيادة رقعة المسؤوليات الملقاة على عاتقه ويبتهج لتزايد السلطات المخولة له بشأنها.
- يشعر بأهمية الأبناء والمال والصحة في التمتع بالحياة.
- يتطلب من الأقل سناً أو مركزاً أو قوة أو سلطة الاحترام والعمل بالأوامر وتجنب النواهي.
- يتطلب الولاء الكامل ممن أسند لهم مناصب أو مسؤوليات أو عاونهم في الحصول عليها.
- يستخدم سلطة القوة فيمن خرج عليه ويرضى عمن يعاونه.
- لا يتبرم من عملية الاستمرار في إثبات الوجود حين تتعدد المواجهة بينه وبين الآخرين.
- يبرر دائماً صحة ما يقوم به من خطوات عملية في مواجهة انتقادات الآخرين.
- يتحرك في أكثر من موضع عمل ويبذل ويجسد من إمكاناته.
- يهتم بحقوقه ورعايتها حتى تتوحد هويته علماً وعملاً.
- أن يكون مصدر السلطات ويفرض معالجة الأحداث وفقاً لخبرته وسعة مداركه.
- يطوع القواعد والقوانين واللوائح غير الصريحة وفق ما يراه.

- لا يعطي الفرصة بسهولة لمن هو أصغر سناً أن يتميز في رزق أو منصب.

(ب) سن ٥٦ ــ ٦٣:

- يظهر تململه م تراكم أعباء العمل ومضاعفاته ويشعر بالعجز عن معالجتها في وقتها.
- يسعى لتقلد أرفع المناصب في العمل ويتمسك بها.
- يبذل المستطاع من عمله وخبرته ويحاول إقناع الغير أن إناء العمل والخبرة لديه ما زال يعطي.
- يتطلب من الآخرين أن يقبلوا بنقده ولا يعترف بما يعطونه من مبررات وأسباب لتأييد النقد.
- يتمسك بحرفية القواعد والقوانين والأخذ بالأحوط والأقصى للتمسك بوجهة نظره.
- يرى أن يعاني الناس مثل ما سبق له من معاناة.
- يمنح أحياناً بعض مسؤولياته لمن يخدمه في تحقيق ذاته.
- يدع الآخرين يروجون لقدراته الفائقة وتصرفاته الذكية.
- يقارن بينه وبين من هم في مستواه العلمي والأدبي ليؤكد من ذاته.
- يعتقد أن في وسعه تحقيق ما فشل فيه من سبقه إذا أعطي السلطة.
- يراجع نفسه تهيئة للإحالة على المعاش ويكثر من الحديث عنه على مضض.
- ما يزال يصر على رجاحة عقله في إصدار القرار ويغضب إذا ما سلبه غيره هذا الحق.
- يؤكد رغبته في تأمين حياته المستقبلية المادية له ولأبنائه قبل فوات الأوان.

(ج) سن ٦٣ ــ ٧٠:

- تقل قدراته ومرونته على مواجهة مشكلات الحياة الخاطفة ومعالجتها في حينها ما لم يحصل على معاونة.
- تتحدر التزاماته الأدبية والأكاديمية والإدارية نحو مؤسسته إذا فقد سلطات العمل المخولة له لذلك.

- يواصل التمتع بالحياة والعمل خارج مقر عمله ووطنه رغم انحدار صحته العامة.
- يحتفظ لنفسه بما يرفع ويعلي من مكانته ولا يعاون الآخرين أن يصلوا إلى مكانة أرقى.
- تتزايد لديه الرغبة في العلم بالأحداث الجارية وتأثيرها على زملائه ومعارفه.
- يرغب في توطيد العلاقات الاجتما عية والأكاديمية على المستوى الذاتي أكثر من اهتمامه بمراجعة إنتاجه.
- يكتسب عطف الآخرين بتذكيرهم عما يمر به من ضعف وشيبة ليحقق بعض غرضه.
- يوحي للغير حاجة في نفسه بأن لديه القدرة أو عدم القدرة على الحل الذي يبغيه الغير.
- يأخذ من العرف والتقاليد ما يؤدي ويبارك خطوات أفعاله.
- يتطلب الطاعة من أبناء أسرته الكبيرة والانصياع لأوامره.
- ينهر الكبار لعدم قدرتهم على ضبط سلوك الصغار.
- الاهتمام بمكانته العلمية والعملية بين زملائه والآخرين من جيله.
- يصارع مع أبناء جيله والسابق له في الاعتراف بقدراته.

(د) سن ٧٠ ــ ٧٧:

- يطمع من معارفه أن يحققوا له ما لا يستطيع بحكم انحدار سرعته في الحركة ودقة الأداء.
- يبحث في جعبة خبراته الماضية عما يقوي علاقته مع الآخرين.
- يتطلب أن يسعى إليه الناس ويقوم بتوزيع العطاء على ذوي الشأن من الناشئة لاجتذابهم نحوه.
- يتزايد اهتمامه بحوادث الإصابة من خير وشر للآخرين من أصحاب المكانة ومشاركتهم السراء والضراء.

- يحلو له أن يعطي وإن كان هناك قلة في العطاء بسبب الظروف الطارئة والإمكانيات القليلة.
- يعتريه بعض الضيق والتململ بسرعة ويصر على رجاحة تصرفاته في مواجهة الأبناء والكبار.
- يجتر الذكريات ويستدعي أحاديث الماضي البعيد ليثبت حنكته وتجربته أو ليفرح الآخرين ويسرهم.
- يأمل في أن يتعاون معه غيره في مشروعات كان لا يستطيع أداءها أثناء الخدمة الفعلية.
- يزداد سروره وابتهاجه للإطراء الذي يوجهه إليه الغير على ما قدمه من خدمات علم وعمل.
- يصارح غيره بما في نفسه وما يراه من وجهة نظره.
- يتحدث عن الأوجاع والآلام في إطار ما وصل إليه الطب الحديث، ويتمنى طول الحياة والشفاء.
- يعطي الانطباع أن ما لديه من علم ومعرفة وخبرة ما زال فياضاً بالمقارنة مع المسؤولين الأصغر سناً.
- يتخوف من تزايد الأمراض وكثرة العلل وتنقلها خشية كساد الجسم وضعف البدن.

(هـ) سن ٧٧ ـ ٨٤:

- الإحساس بأن ما بقي من العمر قليل مهما طال الزمن، لكن من حقه الحياة والبقاء إلا لعلة ثقيلة.
- يلتمس التعايش مع من حوله أو يغترب عنهم وينطوي على نفسه.
- يصر على إظهار تخليص الذمة وإعطاء كل ذي حق حقه.
- يتعادل في إدعائه بالخير لأبنائه وأهله على السواء.
- لا يعطي أشياءه الخاصة إلا لمن يثق به تماماً.
- يروي الأحاديث والقصص ولا يمل تكرارها.

- يأتي أحياناً بأفعال طفولية وحركات صبيانية.
- يصر على التدخل في شؤون تبدو لغيره بأنها ليست من اختصاصه.
- يتعامل مع مجريات الأمور القريبة ويبدأ في نسيان الأمور البعيدة.
- يصر على الاحتفاظ بحاجياته الخاصة من أشياء وأطعمة معينة حتى لو طرأ عليها التغيير.
- يصر على الاحتفاظ بنقوده ويتصرف فيها كيفما يشاء وإن لم يعجب الغير.
- تتسلط عليه أفكار محددة بالنسبة لأسرته وطرق معيشتها ويلح في تنفيذها.
- يلح على أفراد معينين من أسرته لخدمته والانصياع لأوامره.

(خليفة، ١٩٨٤، ٧٤ ــ ٧٦)

الفصل الثاني:

الاغتراب الاجتماعي والنفسي:

هو حالة نفسية ــ اجتماعية تسيطر على الفرد سيطرة تامة تجعله غريباً وبعيداً عن بعض نواحي واقعه الاجتماعي، فهو شعر ينتاب الفرد فيجعله غير قادر على تغيير الوضع الاجتماعي الذي يتفاعل معه.

وهناك تعريف آخر للاغتراب الاجتماعي يعني عدم وجود هدف عند الشخص المغترب اجتماعياً أي أنه لايستطيع توجيه سلوكه ومعتقداته أو هو عدم وجود المقاييس الاجتماعية الثابتة أي أن الفرد المغترب اجتماعياً غالباً ما يشعر بأنه لو أراد تحقيق أهدافه فإنه يجب عليه عدم التصرف بموجب المقاييس المتعارف عليها اجتماعياً وأخلاقياً.

والمعنى الآخر للاغتراب الاجتماعي هو (العزل) أي شعور المغترب بأنه غريب عن الأهداف الحضارية لمجتمعه.

ويعرف الاغتراب الاجتماعي بأنه الشعور بعدم الاندماج والتباعد عن المجتمع والثقافة حيث تبدو القيم والمعايير الاجتماعية التي يشترك فيها الآخرون عديمة المعنى بالنسبة للشخص المغترب اجتماعياً لذلك فهو يشعر بالعزلة والإحباط

والانفصال عن المجتمع إذ لا يستطيع أن يرى ذاته في خضم المجتمع ويشعر آنذاك بضياع ذاته.

(بركات ١٩٩٢، ١٥٢)

فهو الحالة (السيكو ـ اجتماعية) التي تسيطر على الفرد سيطرة تامة تجعله غريباً وبعيداً عن بعض نواحي واقعه الاجتماعي ،وغالباً ما يعاني من هذه الحالة الشباب نتيجة اختلاط المفاهيم والقيم الاجتماعية حيث يفقد الشاب إحساسه بأهميته وقيمته ويتكثف لديه الشعور بأنه غريب عن المجتمع الذي يعيش فيه فهو ليس جزءاً من عاداته وتقاليده ونظامه الأخلاقي والإنسان المغترب البعيد عن التوافق الاجتماعي السائد غالباً ما يفشل في علاقاته الاجتماعية وهو لهذا يشعر بالمزيد من العزلة والتقوقع ويتعمق في ذاته مفهوم الاغتراب فيقع في دوامة من الصراعات والأزمات النفسية الحادة. (الصائغ١٩٨٠، ٢٠٧)

فالحياة الاجتماعية للفرد تتضمن عملية نمو تاريخي تقع فيها الكثير من الابتكارات الاجتماعية التي تنطوي على إبدال بعض القيم والتقاليد والعادات التي ظلت متخلفة، وبديهي أن الأفراد المتمسكين بهذه القيم والعادات التي حذفت واستبدلت يشعرون بالحزن لفقدانها، ولما كان التغير الاجتماعي في عصرنا عو تغير سريع وشبه شامل فإن من البديهي أن يشعر الكثيرون بالاغتراب الاجتماعي نتيجة حسهم التاريخي Historical sense بضياع الكثير من القيم السلفية التي ألفوها وتأثروا بها

(قيس ١٩٧٩، ٣٤)

مفهوم الاغتراب:

يعتبر الاغتراب من المصطلحات كثيرة الاستعمال في جميع مناحي الحياة حتى بات معناه محيراً ومتناقضاً أحياناً:

فالاغتراب من منظور الطب النفسي يعني:

الاضطراب العقلي بمعنى الذهان،و هي حالة يظهر فيها الأشخاص والمواقف المألوفة للفرد كموضوعات غريبة،كما يشعر الفرد ذاته غير حقيقية فضلاً عن فقدان

الوعي بالعمليات النفسية الداخلية، وبالتالي عجز الفرد عن ممارسة السلوك العادي والممارسة العادية في حياة الجماعة. (الدمنهوري ١٩٩٥، ٨)

ومما سبق يمكننا أن نقول أن الاغتراب من منظور نفسي هو:

الحصيلة النهائية للاغتراب في أي شكل من أشكاله إنه انتقال للصراع بين الذات والموضوع،من المسرح الخارجي إلى المسرح الداخلي في النفس الإنسانية،إنه اضطراب في العلاقة في الموضوع على مستويات ودرجات مختلفة تقترب من السواء،و حيناً آخر من الاضطراب وقد تصل إلى الاضطراب الأخير في الشخصية:و الذي هو اضطراب في العلاقة التي تهدف إلى التوفيق بين مطالب الفرد وحاجاته وإمكانياته من جانب وبين الواقع وأبعاده المختلفة من جانب آخر (الدمنهوري،١٩٩٥، ١١)

الشخصية الاغترابية:

ظهرت مفاهيم ومسميات عديدة للشخصية الاغترابية إذ قسمها البعض إلى (النمط السلبي) و(النمط الإيجابي الفعال) (إدريس ١٩٧٩، ٩٢)

أما حليم بركات فذكر ثلاثة أنماط للشخصية الاغترابية هي:

١ ــ **المنعزلون:** وهم المنسحبون السلبيون الذين يفضلون الابتعاد ويتجنبون المواجهة، ولهم في ذلك أساليبهم (بركات حليم، ١٩٨٤، ص ٨) أو بمعنى آخر هي الشخصية الاغترابية الانسحابية ويتضح سلوك هذا النمط من الشخصية في أعراض متميزة تبدو في السلوك الاحجامي الذي فيه يتناءى الشخص عن التفاعل مع أعضاء الجماعة، ويعزف عن الاضطلاع بأدوار اجتماعية يقاسم فيها الآخرين المسؤولية الاجتماعية، ومن أعراضه أيضاً فتور الهمة وقلة الحماس وضآلة الفعالية.

ولهذا نجد أصحاب هذا السلوك الاغترابي يقرون بالهزيمة ويعترفون بأن المواقف الاجتماعية أصعب من مقدراتهم وبالتالي يستبدلونها بمواقف أخرى يتجنبون فيها سلوك المواجهة المسؤولة ويعني ذلك التخلي عن المجال للتخفيف من وطأة الضغط أو الشد فيتجه الشخص إلى الاستجابة الانسحابية وأشخاص هذا شأنهم لا يملكون إزاء المواقف الصراعية قدرة على حل الصراع بـ (الاختيار).

٢ ــ **المطيعون:** وهؤلاء يميلون إلى إطاعة ما ترضاه الجماعة بغض النظر عن قناعاتهم الشخصية، فهم مسايرون مجاملون منافقون وصوليون يبحثون عن المكانة في أي نسق وإن كانوا غير مقتنعين بصحة واقع هذا النسق.(بركات ١٩٨٤ ،٨)

ويمكن أن نسمي هذا النمط من الشخصية أيضاً بالشخصية الاغترابية الانغلاقية، حيث يتميز الشخص في هذا النمط بنزعة مسيطرة للتمركز حول الذات، وبالانغلاق في دائرة خبراته وأهدافه واهتماماته ومصالحه الشخصية.

ويتسم مثل هؤلاء الأشخاص باتجاه (ميكافيلي) يرمي إلى إيثار المكاسب والمنافع الشخصية فوق كل اعتبار، وبذلك تكون (الأنا) عندهم هي بؤرة عالمهم وموجه سلوكهم وليس (الأنا ــ الآخر) (طلعت ١٩٨١، ١١٨)

٣ ــ **الفعالون:** وهؤلاء يواجهون المواقف الاغترابية بقصد العمل على تغيير المواقع، إما بالمعارضة او الاحتجاج، أو بالتمرد أو هي (الشخصية الاغترابية الرفضية)، حيث يتصف أصحابها بمقاومة السلطة أو بتجاهل القواعد أو حتى القوانين الاجتماعية، برفض المعايير الثقافية المقبولة فيما يتعلق بالسلوك والعلاقات الاجتماعية والممارسات العملية، وهم أشخاص يحدثون الاضطرابات للآخرين برفضهم لأصول التفاعل معهم وهم بصفة عامة رافضون للجماعة ولأهدافها ولإجراءاتها. (الصائغ، ٢١٨ ــ ٢٢٢)

أبعاد الاغتراب:

إن الاغتراب بالتعريف هو عبارة عن شعور الفرد بالانفصال النسبي عن ذاته أو عن مجتمعه أو كليهما..بمعنى آخر: هو شعور الفرد بأن ذاته ليست واقعية أو تحويل طاقات الفرد وشعوره بعيداً عن ذاته، فمن هنا فإن ظاهرة الاغتراب عدد من المصاحبات والمتغيرات النفسية مثل:ارتفاع مستوى القلق،العدوانية، الاكتئاب، الشعور بالعجز، اللامبالاة،و السلبية،و انخفاض مستوى الطموح.

و بالتالي فإن الاغتراب يتضمن معان كثيرة منها:

حالة لا وعي ، لا انتماء، والهامشية،و السلبية، ولا استواء، ولا كيانية ولا موضعية. (العاسمي،٢٠٠١، ٢٠)

و فيما يأتي أهم الأعراض المصاحبة للاغتراب والمعبرة عنه:

١. العزلة الاجتماعية:

حيث ينفصل عن مجتمعه ونفسه، ويعاني من الشعور بالوحدة وعدم الإحساس بالانتماء إلى المجتمع الذي يعيش فيه. (العاسمي،،٢٠٢٠٠١)

٢. اللا معيارية:

وهي تعني عدم وجود معايير تحكم سلك الفرد وتضبطه، فالفرد يشعر بعدم وجود قيم أو معايير أخلاقية واحدة،بل يمكن أن نجد القيمة ونقيضها للموضوع الواحد.

٣.الشعور بالعجز:

وهو عبارة عن عدم قدرة الفرد على التحكم أو التأثير في مجريات الأمور الخاصة به، أو تشكيل الأحداث العامة في مجتمعه والشعور بأنه مقهور،أو مسلوب الإرادة، ولا يقدر على الاختيار.

٤.اللا معنى:

يقصد به أن إحساس الفرد بأن حياته أصبحت بلا معنى وأن الأحداث والوقائع المحيطة به قد فقدت دلالاتها ومعقولياتها...و من هنا ينظر الفرد إلى المستقبل باعتباره سلسلة من عدم التأكد أو عدم اليقين أو باستحالة القيام بأي توقعات أو تنبؤات للأحداث، أو الأدوار التي يؤديها في الحياة.

١. التمرد:

عبارة عن إحساس الفرد بالإحباط والسخط والتشاؤم والرفض لكل ما يحيط في المجتمع من أشخاص وجماعات وما يرتبط بذلك. بالإضافة إلى رغبة جامحة في التدمير أو إزالة كل ما هو قائم في الوضع الراهن.

٢. التشيؤ:

أن الفرد يعامل كما لو كان شيئاً، أو أنه قد تحول إلى موضوع وفقد إحساسه بهويته، ز من ثم يشعر بأنه مقتلع حيث لا جذور تربطه بنفسه أو بواقعه. (العاسمي،،٢٠٠١ ٢٠)

فالمغترب ينظر إلى العلم وإلى نفسه على أنه سلعة يمكن بيعها وشراؤها،و ليس لها إلا القيمة المالية، فلم يعد نجاح الفرد رهن قدرته الذاتية، بل أصبح رهن مدى نجاحه في بيع شخصيته في سوق المعاملات الاجتماعية.

العوامل الكامنة وراء ظاهرة الاغتراب:

يمكننا مما سبق أن نتبين أن الاغتراب ناتج عن الفشل في التفاعل بين العوامل النفسية الذاتية والعوامل الاجتماعية، ومن هنا يمكننا الحديث عن نوعين من العوامل:

- ✓ عوامل اجتماعية.........
- ✓ عوامل نفسية ذاتية.........

(الدمنهور٨،١٩٩٥)

أما بالنسبة للعوامل الاجتماعية:

١. التغير الاجتماعي السريع لعدد من جوانب الحياة:

مرت المجتمعات الحديثة وما تزال بالكثير من فترات التغير الاجتماعي،حيث شمل هذا التغير:

- ✓ نسق البناء الاجتماعي.
- ✓ النسق الثقافي.

فثقافة المجتمع ليست محصنة ضد التغير والتبدل لكن يلاحظ أن التغير في الجوانب المادية (الحضارة) هو أسرع بكثير من التغير في الجوانب غير المادية للثقافة. (التير ١٤١،١٩٩٩)

٢. التفاوت بين الوسائل والأهداف:

وذلك نتيجة التأكيد الواضح على الأهداف في الوقت الذي لا تكون فيه الوسائل المشروعة متوائمة مع الأهداف.و لا تتيح الفرصة تحقيقها مما يجعل الفرد يسعى

لتحقيق الهدف بغض النظر عن الوسيلة أو السلوك الذي يسلكه للوصول إلى الهدف. (شتا ١٨٣،١٩٩٩)

٣. تأثير القيم وسيادة القيم المادية:

تغير القيم الحالي يحدث نتيجة التأثر بالثقافات الأخرى.أو بسبب محاولة التلاؤم مع مظاهر التغير المادي. ولقد صاحب التغيرات العديدة التي أصابت المجتمعات الحديثة (من انتشار التعليم،ارتفاع مستوى الخدمات الصحية والسكنية،التطور الصناعي والزراعي والمواصلات.) سيادة القيم المادية وارتفاع مستوى الطموحات والرغبة الشديدة لتحقيق النجاح المادي والمعنوي وهذا يعني ظهور قيم جديدة وتحوير قيم قديمة للتعامل مع أنماط سلوكية جديدة. (التير ١٤١،١٩٩٩)

بالإضافة إلى القوى في العالم اليوم تحاول بكل قوة أن تمحو الأحاسيس والمشاعر الدينية من قلوب العالم معتقداً أنه في هذه المحاولة يؤمن نهضة الإنسان متجاهلاً العنصر الأساسي فيه ألا وهو الروح. (الحمصي ١٧٩،١٩٩٩)

٤.الانهيار الثقافي.....و الاغتراب الثقافي:

إن حالة الا معيارية تعبر عن الانهيار الأساسي في البناء الثقافي الذي يظهر بوجه خاص عندما يكون هناك تناقض بين المعايير الثقافية وبين الأهداف والقدرات البنائية الاجتماعية لأفراد الجماعة التي تتواءم معها.

فاللا معيارية تنتج عن عجز بعض الأفراد من تحقيق تلك الأهداف التي تقرها الثقافة السائدة بالوسائل المشروعة وذلك لعدم تحقيق تلك الأهداف بالسبل المقررة.

فاللا معيارية تصبح بهذا وسيلة بعض الأفراد للتكيف مع الثقافة الفرعية الخاصة بفئة من فئات المجتمع، وهي التي تشجع المنتمين إليها على احتقار القيم والمعايير الخاصة بالثقافة العامة، لتحل محلها قيم ومعايير مخالفة أي خلق ظروف ملائمة لانتشار حالة اللا معيارية. (التير ١٤٠،١٩٩٩)

٣. الاغتراب التكنولوجي:

لقد أدى التقدم التكنولوجي والإيقاع السريع لحركة المتغيرات إلى شعور الإنسان بأنه أصبح عبداً للآلة التي صنعها وليس سيداً لها، وأن الحرية التي كابد من أجلها لم تقدم له سوى الشعور بالعجز والعزلة (عيد ١١٨،١٩٩٣)

إضافة إلى أن سرعة التغير التكنولوجي قد خلقت تفاوتاُ بين المهارات المتاحة والمهارات اللازمة لشغل الدور وذلك نظراً لحاجة هذه المهارات للتغير بسرعة تعادل سرعة تغير التكنولوجيا للتمكن من تحقيق الأداء الجيد الذي يعتمد على الترقي وصرف المكافآت والحصول على المرتكز القيادية.

ولما كانت مهارة الأفراد ر تتغير بنفس سرعة التكنولوجيا فقد أثر ذلك على قدرتهم على الأداء حسب توقعات الدور، ومن ثم تفاقم قلق المراكز نتيجة للشعور بالتفاوت الشخصي والتفاوت الاجتماعي، ولذلك كان سعي الأفراد لتجاوز حالة قلق المراكز هذه بالاستعانة بالوسائل غير المشروعة لتحقيق تطلعاتهم التي لا تمكنهم مهاراتهم من تحقيقها. (شتا ١٨٦،١٩٩٩)

٤. الاغتراب الاقتصادي:

إن الظروف الاقتصادية في الوقت الحالي هي التي تفرض على العاملين حالة الاغتراب وما يرتبط بها من فقر وقصور لإمكانياتهم في الوقت الذي اتسعت فيه دائرة تطلعاتهم تمشياً مع طبيعة التغيرات الحضارية مما أدى إلى خلق حالة من التفاوت بين التطلعات والإمكانيات المتاحة، كل ذلك أدى إلى الشعور بالاغتراب.

٥. دور الأسرة وضعف العلاقات الاجتماعية:

قنوات التواصل في الأسر قد تآكلت وتضاعف معدل الطلاق وانخفضت وبشدة الأوقات المباحة للأطفال مع آبائهم نتيجة لكثرة تنقلهم وانشغالهم.. وأصبح الإنسان يشب دون أن يعرف عن أسرته إلا القليلالنادر ما يؤدي إلى افتقاد الهوية الذاتية المستقرة مما يجعله أثر عرضة للاكتئاب. (جولمان ٣٣٢،٢٠٠٠)

وهكذا نرى أن التغير الاجتماعي قد أثر على وظائف الأسرة حيث خرجت الأم للعمل.و طالت ساعات عمل الرجل.و ضعفت رقابة الأب والأم على حد سواء.ما

أدى إلى ضعف دورهما في التربية والتنشئة وفي تعليم الصغار القيم الثقافية الرئيسية.فأخذت الوسائل الأخرى العديد من مهام الأسرة (وسائل الإعلام،جماعات الأقران، دور الحضانة، المدرسة)

ولا يخفى على الجميع الأوجه السلبية الضارة لهذه الوسائل حينما تستخدم بحرية مطلقة لا توجيه فيها. (التير ١٤٣،١٩٩٩)

أما بالنسبة للعوامل النفسية الذاتية:

١. تصاعد النزعة الفردية:

وقل الاهتمام بالآخرين وأصبحت المصلحة الذاتية هي المفضلة على غيرها من المصالح وهي الموجه الأساسي للسلوك.

٢. قل الاهتمام بالعقائد الدينية:

وبتضاؤل دور كل من المجتمع والأسرة يفقد الإنسان مصادر الوقاية من النكسات والفشل.ما يؤدي على تضخيم أي حادث بحيث فيفسد على المرء حياته..... أما المتمتع بالإيمان الله والحياة الآخر والقضاء والقدر فستهون المشكلات وتبقى مؤقتة ولا تعيق مسير حياة الفرد. (جولمان ٣٣٣،٢٠٠٠)

الفصل الثالث:

الإجراءات والتطبيقات:

١ ــ **مجتمع العينة:** المجتمع الأصلي للعينة هو جميع المسنين ذكوراً وإناثاً المتواجدين في مدينة دمشق الذين مازالوا يمارسون المهنة التي كانوا يعملون بها في فترات الرشد المتوسط.

٢ ــ **العينة:** تتألف العينة من ٤٠ مسن ومسنة العامل المشترك بينهم مزاولتهم للعمل، ٣٠ منهم ذكور، و١٠ إناث.

ــ الذكور تتراوح مهنهم بين (باعة، تجار، مهندسين، أطباء)

أما الإناث فالمهنة الغالبة هي الحياكة والطبخ.

أدوات البحث:

المعالجة الإحصائية:

تم حساب المتوسط الحسابي لإجابات العينة على المقياس وكانت النتائج:

١ ــ المتوسط الكلي الذي حصلت عليه العينة كلها ذكوراً وإناثاً هو ١٩٨,٥.

٢ ــ المتوسط الذي حصل عليه الذكور في العينة: ٢٠٧.

٣ ــ المتوسط الذي حصلت عليه الإناث في العينة: ١٩٠.

ثم تم حساب النسب المئوية لكل متوسط لتتم المقارنة:

النسبة الكلية ٤٠٠ ـــــــــــ ١٠٠

١٩٨,٥ ـــــــــــ س

س = ١٩٨,٥ × ١٠٠ / ٤٠٠ = ٤٧,٦٢٥ %

النسبة المئوية للذكور: ٢٠٧ × ١٠٠ / ٤٠٠ = ٥١,٧٥ %
النسبة المئوية للإناث: ١٩٠ × ١٠٠ / ٤٠٠ = ٤٧,٥ %

تفسير النتائج:

١ ــ **الفرضية الأولى:** تقبل الفرضية الأولى حيث نلاحظ أن نسبة الاغتــراب عنــد المسن العامل هي ٤٧,٦٢٥ % وهي نسبة دون ٥٠ % وتعتبر قليلة ما يؤدي إلــى أن استمرار المسن بعمله يخفض عنده نسبة الاغتراب.

٢ ــ **الفرضية الثانية:** تقبل الفرضية الثانية حيث هناك فروق بين الذكور والإنـــاث من حيث الاغتراب النفسي، والفرق لصالح الإناث وربما يعود ذلك إلى أن المـــرأة غالباً هي أكثر تكيفاً مع الواقع والأحداث المستجدة من الرجل، ونشير إلى أن الفرق ليس بالفرق الواضح حيث نسبة الاغتراب عند الإناث ٤٧,٥ % فـــي حـــين لـــدى الذكور ٥١,٧٥ %.

الفصل الرابع:

التوصيات والمقترحات

يجب أن نهدي الكبار منا إلى مواقع القوة في حياتهم، ومواطن الضعف في خصائصهم، وهناك مجموعة من الاعتبارات الهامة يجب أن يعرفها ويفهمها كل فرد مسن:

١ ــ عندما يقال لك بأنك كبرت، عليك أن تتساءل: " كبرت بالنسبة لماذا؟ " أنت قادر على أن تمد يد المساعدة للآخرين، وعلى أن تعيش مع عمرك وفق أحداث زمنك، وأنت قادر على ابتكار أشياء جميلة وجديدة، حاول وجرب، فليست كل فكرة جديدة بدعة ضارة.

٢ ــ الحياة الطويلة قيمتها في ذاتها، لا تنتظر من الناس احترامك لأنك عشت سنين طويلة وقاسيت كثيراً، فكل ماضيه وكفاحه الذي لا يعفيه من أن يثبت وجوده في الوقت الحاضر، حياة الفرد الماضية متعة له فلا يثقل على الناس بقصة حياته.

٣ ــ تؤدي الشيخوخة إلى زيادة في ناحية ونقصان في أخرى، فهي ليست كلها ضعفاً وليست كلها قوة بل هي حالة من حالات تطور الفرد الطبيعية، لها ميزاتها وخواصها المختلفة والمتداخلة.

٤ ــ قد تكون أيام الشيخوخة الهادئة والمتكاملة والمتزنة من أسعد أيام الحياة الناجحة والحافلة، وأحياناً من أكثرها إنتاجاً فكرياً وإبداعاً وتضمن لصاحبها مزيداً من المحبة والاحترام والسعادة، فلكل من الشباب والشيخوخة مستواه من السعادة

ومعاييره التكوينية النفسية المتكاملة، فكمال الشاب في إنتاجه واندفاعه ونشاطه وكمال الشيخ في تفكيره ووقاره وحكمته.

٥ ــ إن الشيخوخة حالة نفسية قبل أن تكون فيزيولوجية أو عضوية، إذ يجب النظر إلى العمر الزمني للفرد بحرص شديد وموضوعية، وعدم الاعتماد على المعيار الزمني وعدد السنين في تحديد الشيخوخة، بل الاعتماد على أعمار معيارية مختلفة أخرى (العمر العقلي، العمر التحصيلي، الفيزيولوجي، الانفعالي، الاجتماعي، الجنسي... الخ).

٦ ــ تضعف الملذات الجسمية والمادية في الشيخوخة، وتقوى الملذات الفكرية والروحية والدينية.

٧ ــ علينا أن نساعد الشيوخ منا على أن يتقبلوا حياتهم كما هي حتى لا يصطدموا ببيئة الشباب المحيطة بهم. لأن الصحة النفسية تعتمد على مدى تقبل الفرد لنفسه كما هي، وللناس كما هم.

٨ ــ إننا نتقاعد إلى وليس من.. إننا دائماً في حاجة إلى الغد، أهداف نرسمها ونسعى إلى تحقيقها ونشاط يقودنا إلى تلك الأطراف.

٩ ــ التعلم نوع من الحياة وتجددها، وعلينا أن نتعلم أشياء جديدة في كل يوم يمر بنا ومن خبرات نواجهها.

١٠ ــ العمل هو خير أطباء البشرية وهو طريق السعادة، والعمل ليس كفاح الحياة فقط، بل هو الحياة نفسها.

الخاتمة

وهكذا نجد لزاماً علينا جميعاً، كأفراد وعائلة ومجتمع ودولـــة، أن نقــوم بوظيفتنـــا وواجبنا تجاه الشيوخ وكبار السن بالعناية بهم وتأمين ما يليــق بهــم مــن خــدمات ورعاية كأشخاص لعبوا دورهم على مسرح الحياة، ويستحقون حياة كريمــة تليــق بوضعهم كبشر، وإننا إذ قمنا بذلك فإنما نقوم بواجب من أقدس وأعظــم الواجبــات الإنسانية، فهذه الفئة من الناس التي بلغت عمراً معيناً أفقدها القدرة والفعالية والنشاط لا تشكل قوة ضاغطة على المجتمع والدولة ولم يحدث أن طالبــت بحقوقهــا فــي الحماية والرعاية، وهنا يكمن العنصر الإنساني في الموضوع إذ لا بد من المساعدة الفورية، لأن كلاً منا سيصبح ذات يوم ــ إذا طال عمــره ــ واحــداً مــن هــؤلاء الشيوخ العجزة.

قائمة المراجع:

- إدريس عزام، ١٩٧٩: بعض المتغيرات المصاحبة لاغتراب الشباب عن المجتمع الجامعي، مجلة العلوم الاجتماعية، المجلد ١٧، العدد ١، الكويت
- بركات، حمزة، ١٩٩٢: الاغتراب، المجلة الاجتماعية القومية، المجلد ٢٩، العدد ٣، القاهرة.
- التير ،مصطفى عمر ١٩٩٩:الغش في الامتحانات كمظهر من مظاهر اللامعيارية في المجتمع.مقالة منشورة في مجلة الفكر العربي عدد ٩٥
- جولمان دابيل ٢٠٠٠:الذكاء العاطفي.ترجمة:ليلى الجبالي – سلسلة عالم المعرفة – الكويت
- الحمصي،نهدي صبحي ١٩٩٩:أثر الإيمان في الصحة النفسية،مقالة منشورة في مجلة الفكر العربي عدد٩٥
- خطار، أمين عيزوقي، مي محمود يوسف، ١٩٩٢: الشيخوخة، جامعة دمشق، كلية الطب البشري.
- خليفة، إبراهيم محمد وآخرون، ١٩٨٤: التقدم في السن، ط١، دار القلم، الكويت.
- الدمنهوري،رشاد ١٩٩٥:الاغتراب وبعض متغيرات الشخصية،وزارة التعليم العالي،مصر.ط ١،الشركة المتحدة للطباعة،سوريا.
- شتا، السيد علي ١٩٩٩:الانحراف الاجتماعي.ط١ مكتبة الإشعاع الفنية – مصر.

- شتا السيد علي ١٩٩٣: نظرية الاغتراب –مؤسسة شباب الجامعة ،الاسكندرية.
- الشيخ، دعد، ٢٠٠٣: رحلة في عالم المتقاعدين (مفهوم الذات والتكيف)، ط١، دار كيوان، دمشق.
- الصائغ، محمد دنون، الصائغ، ٢٠٠٧: مفاهيم في الاغتراب، مجلة شؤون اجتماعية، العدد.
- طلعت، منصور، ١٩٨١: الاغتراب، مجلة العلوم الاجتماعية، العدد ٤، الكويت.
- العاسمي،رياض ٢٠٠١:الاغتراب النفسي لدى السباب –مقالة منشورة في مجلة الرواط عدد١٢٣،دمشق.
- عيد،إبراهيم ١٩٩٣:محاضرات في علم نفس النمو.مؤسسة الطوبجي – القاهرة.
- قيس، النوري، ١٩٧٩: الاغتراب، مجلة عالم الفكر، المجلد ١٥ ــ العدد ١، الكويت.
- ملحم، سامي محمد، ٢٠٠٠: مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ط١، دار المسيرة، عمان.
